

Dekan Fisipol Resmikan Wellness Center

Friday, 14 Februari 2020 WIB, Oleh: Agung



Dekan Fisipol UGM, Prof. Dr. Erwan Agus Purwanto, M.Si., meresmikan wellness center. Wellness center FISIPOL UGM ini merupakan modifikasi dari pos pembinaan terpadu penyakit tidak menular (posbindu PTM).

Berdirinya wellness center merupakan wujud kepedulian FISIPOL UGM dalam hal kesehatan untuk para sivitas akademiknya, dosen, mahasiswa dan tenaga kependidikan. Kegiatan ini bertujuan untuk mendukung program Healthy Campus sekaligus untuk menciptakan lingkungan belajar/bekerja yang sehat maupun kebiasaan organisasi yang dapat mendukung kualitas kesehatan yang baik. Harapannya seseorang yang berada di dalamnya mampu mencapai potensi penuh baik dalam bekerja maupun belajar.

"Kesehatan fisik dan mental merupakan salah satu faktor penting yang sangat memengaruhi aktivitas kinerja dan produktivitas seseorang. Kualitas kesehatan ini akan sangat memengaruhi proses belajar mengajar, penelitian dan pelayanan publik," ujar Erwan, di Fisipol UGM, Jumat (14/2).

Menurut Erwan, wellness center dalam kegiatannya akan melakukan monitoring, promoting dan preventing faktor risiko penyakit tidak menular, seperti kebiasaan merokok, konsumsi minuman alkohol, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, obesitas, stres, hipertensi, hiperglikemi, serta hiperkolesterol.

Menurutnya, pekerjaan dosen yang multitasking, yaitu mengajar, penelitian, melayani konsultasi hingga dikejar deadline menjadi hidupnya kurang memperhatikan aspek kesehatan sehingga ketika diajak untuk berolahraga sangat sedikit dosen bisa mengikuti.

"Kita punya grup Fisipol Ngepit setiap bulan. Kemudian ada Fisipol Run setiap Jumat sore dan ini tadi baru diluncurkan Fisipol Walk. Kita mewadahi komunitas yang suka olahraga apa saja, tetapi karena dosen super sibuk sehingga seringkali kurang memperhatikan kesehatan," ucapnya.

Oleh karena itu, dengan keberadaan wellness center dan menempatkan berbagai alat kebugaran di Perpustakaan Fisipol diharapkan dapat dimanfaatkan oleh sivitas akademika. Selain itu, Fisipol UGM juga menyediakan layanan konsultasi dengan psikolog untuk mahasiswa, dosen dan tenaga kependidikan.

Disamping olahraga, Fisipol UGM juga berkesenian dengan adanya Sospol Laras untuk gending dan Gaspol Band yang dimainkan para guru besar dan dosen. Dengan upaya ini maka keseimbangan kehidupan kerja, fisik dan mental diharapkan dapat terjaga.

"Karena sumber kebahagiaan tidak hanya material saja. Kumpul dengan teman main gamelan dan main band tidak selalu setiap hari mikir yang berat-berat sehingga peresmian hari ini boleh dibilang institusionalisasi karena sebetulnya berkegiatan yang sehat sudah berjalan sebelumnya," imbuhnya.

Sri Purnamaningsih, S.IP., MPA, koordinator wellness center Fisipol UGM, menambahkan wellness center ini modifikasi dari Pos Pembinaan Terpadu untuk mengidentifikasi cek kesehatan, berupa timbangan berat badan, tinggi badan, cek gula darah, asam urat, kolesterol dan lain-lain. Selain itu, ada tim dokter yang akan melayani konsultasi lebih lanjut terkait dengan cek kesehatan.

"Kalau hasilnya harus rujukan maka kita sudah berkoordinasi dengan GMC UGM. Timnya lengkap, ada konsultasi gizi dari Departemen Gizi dan Kesehatan FKKMK UGM, ada konsultasi kebugaran Departemen Fisiologi FKKMK UGM dan Mental Health," ujarnya.

Keberadaan wellness center ini memang didedikasikan untuk keluarga Fakultas Fisipol UGM, yaitu untuk mahasiswa, tenaga pendidik dan tenaga kependidikan. Kedepan tidak menutup kemungkinan keberadaan wellness center melayani masyarakat di luar Fisipol UGM.

Wellness center Fisipol UGM setiap minggu akan melayani dua kali, yaitu hari Selasa dan Kamis. Sebanyak 16 tenaga kependidikan Fisipol UGM sebagai duta wellness center siap melayani kebutuhan kesehatan para mahasiswa, tenaga pendidik dan tenaga kependidikan.


Para duta wellness center ini adalah mereka yang telah mendapat pelatihan Health Promoting University dan pelatihan untuk duta wellness center selama dua hari serta tersertifikasi di FKKMK UGM.

"Jadi, mereka nantinya setiap Selasa dan Kamis akan melayani lima meja. Meja pertama, registrasi, meja dua wawancara riwayat kesehatan, meja ketiga pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar perut agar ada berat ideal. Sedangkan meja keempat pengukuran tensi, asam urat, kolesterol, gula darah, meja lima konsultasi, dan dari semua ini yang penting adalah soal data kesehatan karena dari sini akan muncul bagaimana treatmentnya," terang Sri Purnamaningsih.

Penulis: Agung Nugroho

Berita Terkait

- [Wujudkan Kampus Sehat, FISIPOL UGM Kembangkan Wellness Center](#)
- [Fisipol UGM Resmikan Scanty](#)

- 
- [Dekan Fisipol Resmikan Wellness Center](#)
 - [Rektor Resmikan Gedung Baru Fisipol](#)
 - [Fisipol UGM Resmikan Komunitas Masyarakat Indonesia untuk Amerika Latin](#)